

あなたに贈る健康へのメッセージ ― 知ってください病院のこと、身体のこと

# 医科大だおり

## CONTENTS

- 「再生医療センター」紹介
- リハビリニュース
- 病棟紹介（新館7階西病棟）
- スペシャリスト紹介
- お知らせ
- 研修医・指導医紹介
- はじめまして
- 私の好きな風景
- 医科大Q&A

医科大だおり

2016年 季刊誌 第22巻 第1号 発行/金沢医科大学病院

編集/金沢医科大学病院ニューズ編集委員会



才田大橋から見た金沢医科大学病院

### 病院の理念

私たちは「生命への畏敬」を医療活動の原点として次のような病院を目指します

- 患者さん中心の安全で質の高い医療を提供します。
- 人間性豊かで有能な医療人を育成します。
- 新しい医療の研究・開発を推進します。
- 地域の医療機関と協力し地域の医療福祉の向上に貢献します。

## はじめまして

私達夫婦は結婚して10年目に待望の赤ちゃんを授かることができました。結婚してすぐに子どもが欲しかった私達でしたがなかなか思うようにはいかず、くじけそうになった日も多々ありました。昨年7月に嫁ぎ先の母が亡くなり、淋しい毎日を過ごしていた時にこの子の妊娠がわかり、これはきっと母からの贈りものだと素直に喜びました。また出産予定日は5月13日でしたが、早めの出産となり、丁度5月8日「母の日」に誕生し、何か運命的なものを感じた私達でした。産まれた時の元気な泣き声と共に子どもの姿を見た時は、母も見守ってくれていたような気がして、私達夫婦は涙が止まりませんでした。これからは、この子の成長を楽しみながら、夫と2人で協力育てていきたいと思ひます。そして、医科大の先生方をはじめ、助産師さん、看護師さん、スタッフの方々には、この子が産まれてくるまで手厚いサポートをしていただき、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。



## 立壁さま

- おとうさん 信幸さま
- おかあさん 佳苗さま
- 赤ちゃん 幸弥(ゆきや)くん  
平成28年5月8日生  
3,266g 男の子

## 私の好きな風景

桜の花が散ってまもなく街路樹として植栽されているツツジの花が一斉に咲きだす。

雨上がりに咲いているツツジは、より一層美しく見え、春本番の季節になってきたことを実感する。



撮影:出版メディア課 中谷 渉

### 病院運営の基本方針

1. 患者さん中心の病院運営を行います。
2. 安全で信頼される医療の提供に最善を尽くします。
3. 患者さん・ご家族への「説明と同意」を徹底します。
4. 高度先進医療、質の高いチーム医療を推進します。
5. 地域の中核医療機関として地域医療連携・支援を推進します。
6. 良医の育成と医療人の教育・研修を推進します。
7. 働き甲斐のある健全で活力ある病院づくりに努めます。

### 患者さんの権利

- 当院は、医療の中心は患者さんであると認識し、患者さんには次のような権利があることを宣言します。
- 人間としての尊厳や人権が尊重され、安全で良質な医療を公平に受けることができます。
  - 病状や治療内容について、分かりやすい言葉で説明を受け、ご自分の希望や意見を述べるすることができます。
  - 十分な説明と、情報提供を受けたうえで、ご自分の意思で治療方法や医療機関を選択することができます。
  - 治療のどの段階においてもセカンドオピニオン（他の医療機関の医師の意見）を求めることができます。
  - 診療記録の開示を求めることができます。
  - プライバシーは尊重され、個人情報には厳重に保護されます。
  - 臨床研究に関して十分な説明を受けたうえで、その研究に参加するかどうかご自分の意思で決定できます。また、いつでも参加を取り消すことができます。

### 患者さんへのお願い

- 当院は、大学病院としての社会的使命を果たすため、様々な医療を提供しています。患者さんには、次のことをご理解いただき適切な医療を行うためご協力くださいますようお願いいたします。
- 健康状態、その他必要なことを可能な限り正確にお話ください。
  - 説明を受けてもよく理解できない場合は納得できるまでお聞きください。
  - 治療を受ける場合は、医療スタッフの指示に基づき療養してください。
  - 病棟のルールを守り、他の患者さんの迷惑にならないようご配慮ください。
  - 当院は教育・研修施設として医学生・看護学生等の臨床教育実習を行っておりますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

## お答えします！医科大Q&A

**Q** 野菜ジュースや青汁で栄養をとることはできるのですか？  
(40代女性)

**A** 野菜にはビタミン、ミネラル、食物繊維など豊富な栄養素が含まれています。しかし一般に販売されている野菜ジュースや青汁は製造過程加熱などにより栄養素は減少し、特に便秘、肥満防止などに効果のある食物繊維は期待できません。口当たりを良くするため、糖分を多くしたものもあります。「野菜ジュースや青汁を飲んでいるから野菜を食べなくても大丈夫」ではなく、あくまで健康補助食品として上手な利用を心がけましょう。

(栄養部 管理栄養士 笹川 美千代)

# 「再生医療センター」 紹介

従来の医療は、病気の予防と治療を主眼に研究されてきており、その進歩は目覚ましいものです。しかし、いったん失われた臓器や組織の修復に対しては、従来の医療ではきわめて困難であることも事実です。一方、再生医療とは文字通り、病気やけがで機能不全に陥った組織や臓器を再生させる医療のことで、従来の医療では対応しきれなかった疾患に関して有効な治療法となる可能性が秘められています。



再生医療センター外観

金沢医科大学病院では、日進月歩で発展している再生医療にいち早く注目し、2年前から準備を進め、北陸3県で初となる本格的な基礎および臨床研究施設「再生医療センター」を新設しました。

再生医療は、受精卵を用いたES細胞（embryonic stem cell: 胚性幹細胞）やiPS細胞（induced pluripotent stem cell: 人工多能性幹細胞）が注目されていますが、遺伝子を導入するiPS細胞にはがん化のリスクがあり、受精卵を利用するES細胞には倫理的な課題があります。このような点をふまえ、本再生医療センターでは、①体性幹細胞（患者本人の細胞）を用いた再生医療および②細胞免疫療法（ワクチンによるがん治療）に今春より取り組んでいます。

スタッフは、肝胆膵内科の堤、林、湊が併任していますが、7月からは、下平（現信州大学）が専任として赴任することになっています。細胞培養士としては吉田が、コーディネーターとして畑中が、事務一般を榎田が担当しています。再生医療あるいは免疫療法に関する相談は、再生医療センターで行っていますので、気軽にお声かけください。



細胞調製室で作業を行う細胞培養士



細胞調製室

(記：再生医療センター 堤 幹宏)

# リハビリニュース

## 腰痛体操

今回は腰痛体操を紹介させていただきます。腰痛体操はストレッチや運動をすることによって腰痛を予防改善するためのものです。腰痛の原因は、骨、筋肉、神経、内臓疾患、精神的影響など様々な原因があります。痛みがある方は、まず医師に相談してから実施して下さい。

### 腰痛のタイプに合わせた体操

#### 腰痛のタイプを知る

前に10回、続いて後に10回。腰を曲げて、どちらで痛みが強くなるかで腰痛のタイプを診断する。  
(無理のない程度で試す)

#### 「前かがみ」で痛い

- 前屈型腰痛症
- 椎間板ヘルニアの可能性

#### 「後ろ反り」で痛い

- 後屈型腰痛症
- 脊柱管狭窄症の可能性

●前でも後ろでも痛い「混合型」もある

#### うつぶせ反り体操 前かがみで痛い人のためのストレッチ

腰を後ろに反らす体操が効果的



うつぶせになって肘をつき上半身を起す。おなかを床につけたまま上半身を反らせながら腰を伸ばす。ゆっくり痛くない程度に。



慣れてきたら、腕を伸ばして上半身をさらに反らせながら腰を伸展させる。おなかを床につけたまま。腕立て伏せのようにして繰り返す。

#### ひざかかえ体操 後ろ反りで痛い人のためのストレッチ

腰を前方に丸める体操がおすすめ



あおむけに寝て膝を立て、両足を肩幅に開いて床につける。腰は伸びて床についている状態。両手は身体の横に置き、視線は真っすぐ上にむける。



座布団を折ってお尻の下に敷き、膝を両手で抱えて胸の寄せる。お尻がぐっと浮いている状態。腰がしっかりと丸まるようにする。そのままの体ぐ上にむける。

#### 壁押し体操 前かがみで痛い人、ぎっくり腰の人のためのストレッチ

丸まった腰を伸ばす

両手を壁につけて両脚を前後に大きく開く。前方の膝を曲げながら、両手でぐっと壁を押し、腰を少しずつ反らせていく。壁を押し出す力を利用して腰を反らせるのがコツ。痛みが出ない程度に。



### 慢性的な腰痛の方の体操

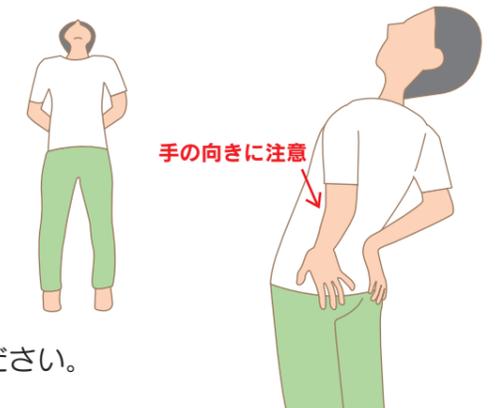
慢性的に長引く腰痛に悩む方が対象です。

2週間以上続けていただく事により効果が期待されます。

- 1.足を肩幅より、やや広めに開く
- 2.おしりに両手をあてる
- 3.息を吐きながら、ゆっくり上体を反らす
- 4.上体を反らしたまま、その姿勢を3秒ほど保つ

※骨盤を前に押し込むイメージです。

【注意】腰からヒザにかけて、しびれが出る場合は中止してください。



(記：医療技術部 リハビリテーションセンター理学療法士 栗原 義宣)

# 病棟紹介（新館 7 階西病棟）

新館 7 階西病棟は病床数 51 床、肝胆膵内科 20 床、消化器内科 15 床、呼吸器外科 9 床、呼吸器内科 6 床を担当しています。

毎日がハードワークですが、今年度 4 月から配属となった新入看護師 4 名を含め看護師 30 名、看護補助員 3 名が目の前にあることに丁寧に向き合うよう頑張っています。

また、Work Engagement の高い状態を常に維持できるように一人ひとりの個人の資源を強化することに努めています。



病棟スタッフ

## 慢性呼吸器疾患認定看護師も活躍



前田 朝陽(まえだ としあき)

私は呼吸器の専門病棟での経験をもとに呼吸器ケアを極めたいと思い、資格を取得しました。認定看護師の教育課程を通し、さらに患者さんのために力になりたいという思いは強くなりました。呼吸器の病気を持つ患者さんは、呼吸法、運動療法、酸素の使用法、お薬の管理、栄養療法などを行っていく事が重要となります。そのためにも、患者さんが病気を理解し、その人らしい自己管理、生活ができるように多職種で協働して支援しています。病棟で見かけた際にはお気軽に何でもお尋ねください。



入院中の患者さんのリハビリテーションに積極的に取り組んでいるリハビリテーション技師です。

病棟担当薬剤師は入院中の患者さんのベッドサイドで薬剤指導を行っています。



患者さんやご家族が安心して退院・転院していただけるようソーシャルワーカーと退院支援看護師も病棟看護師と共に活躍しています。

(記：新館 7 階西病棟 師長 不動 政代)

# スペシャリスト紹介

感染制御認定薬剤師、抗菌化学療法認定薬剤師 薬剤部 多賀 允俊(たが まさとし)

## 感染制御認定薬剤師とは？抗菌化学療法認定薬剤師とは？

日本病院薬剤師会と日本化学療法学会が感染制御や抗菌薬治療について専門的知識を有すると認めた薬剤師に与えられる資格です。石川県では感染制御認定薬剤師が 8 名、抗菌化学療法認定薬剤師が 19 名それぞれの病院で活躍しています。

## 薬剤師になってからのプロフィールと現在の仕事内容

病院内の薬剤部で入院患者さんや外来患者さんのお薬を作り、専門的な知識を学んだ後に、小児科病棟や消化器内科病棟の病棟薬剤師を務めました。2014 年度より感染制御室の専任薬剤師となりました。

主に抗菌薬の投与量や投与方法について感染症治療の分野で専門知識を発揮しています。また、院内で使用される消毒薬の適正化の推進や、院内感染の予防に努めています。

## 資格取得のための病院からのサポートと病院から求められていること

近年では薬剤師も専門化が進んでおり、病院からはスペシャリスト養成のための各種学会や講習会参加の機会を与えて頂きました。

ICT (Infection control team：多職種から成る感染対策に関する専門家集団) の中の薬剤師として、主に抗菌薬や消毒薬の適正使用(対象とする病原菌に対して最適なお薬を使うこと)の推進を行うことで、患者さんに貢献することを求められています。

## 仕事のやりがい

感染症で苦しんでいる患者さんが元気になり退院される姿をみるのがやりがいです。

## 今後の目標

昨今、抗菌薬が効かなくなる薬剤耐性菌が世界的に拡大しており 2016 年の伊勢志摩サミットでも主要議題となる見込みです。薬剤耐性菌を増やさないためには、今ある抗菌薬を適正に使用することが大切です。感染制御、抗菌化学療法のスペシャリストとして抗菌薬適正使用に尽力し、耐性菌問題に全力で取り組んでいきたいと思っています。



ICTメンバーでの学会発表



感染症科カンファレンスにて抗菌薬適正使用を討論

# お知らせ

平成28年4月の保険改正により、下記の事項が変更となりました。

## 選定療養費のお支払いについて

500床以上の医療機関を紹介状なしで受診される場合には選定療養費（定額）の負担が義務付けられました。

- **初診** 医科:5,400円(税込) 歯科:3,240円(税込)  
(初めて当院に受診された場合または、前回の受診から1年以上経過した場合)
- **再診** 医科:2,700円(税込) 歯科:1,620円(税込)  
(当院から他医療機関への紹介状をお渡しした後、引き続き当院を希望され受診された場合)

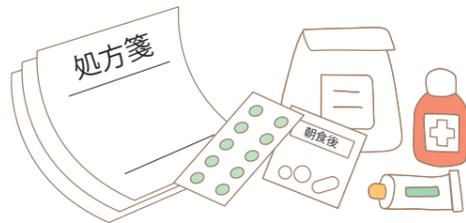
※ただし、公費負担医療の対象の方、救急車による搬送等の場合には、ご請求いたしません。また、当院の他の診療科を受診中の方、医科と歯科の間で院内紹介した場合、特定健診、がん検診等の結果により精密検査の指示があった方等も対象外です。

## お薬の処方日数制限について

処方日数の取扱いが変更となりました。

- **内服薬** :原則30日以内の投与
- **湿布剤** :1処方70枚まで

※ご不明な点等があれば医師にご相談ください。



## 入院時の食事療養費について

入院時の食費の負担額が変わり、新たに調理費の負担が追加されました。

これまでの食材費相当額に加え、新たに調理費相当額を段階的にご負担いただくこととなりました。ただし、住民税非課税世帯の方や、指定難病、小児慢性特定疾病の患者の方などの負担額は据え置かれます。

[入院時1食あたりの負担額]

	~平成28年3月	平成28年4月~	平成30年4月~
① 一般所得	260円	360円	460円
② 低所得II (住民税非課税の世帯に属する方)	210円	負担額の引き上げはございません	
③ 低所得I (②のうち、所得が一定基準に満たない方など)	100円	負担額の引き上げはございません	

※②、③に該当する方は、加入されている医療保険の保険者が発行する減額認定証を被保険者証等と併せて窓口へご提示ください。

# 研修医・指導医紹介

## 研修医紹介



2年次初期臨床研修医  
**山口 礼門**(やまぐち れいもん)  
富山県出身

### 【医師を志したきっかけ】

中学生の頃、重度のアトピー性皮膚炎を患い、長期間治療していました。その時感じたことは、病気が治癒するためには、薬や手術などの医療行為はもちろんのこと、患者さん本人の心の持ち方がとても影響するということです。この経験

から、まず患者さんの訴えに耳を傾け、精神面から患者さんを支えられる医師になりたいと思いました。

### 【臨床研修中に印象に残ったエピソード】

研修が始まって早くも1年が経ちました。現在は救命救急科で外来や救急車の対応をしています。当科では昼夜関係なく様々な疾患に遭遇するため、幅広い知識や多くの手技を勉強でき、充実した日々を送っています。また診断や処置に難渋する症例も沢山経験し、自分の未熟さを痛感しています。一人前の医師になるにはまだまだですが、これからも患者さんのためにより良い医療を提供できるよう、日々精進していきたいと思っています。

## 指導医紹介



救命救急科  
**村坂 憲史**(むらさか けんし)

### 【最近の研修医の指導について感じていること】

学生時代から良く勉強していて知識が豊富、最新のトピックスにも明るく感心します。しかし、臨床の場になると考えがまとまらず行き詰まる研修医も出て来ます。私の考え方や経験を踏まえ助言することで、少しでも研修医の思考が進むよ

うにと心がけています。受け身であったり、研修医間でも研修に対する温度差を感じることもあります。「私たちの研修医時代は…」と思うことも多々ありますが、これからも温かく指導できたらと思います。

### 【自分の研修医時代との違い】

私は旧研修医制度での研修でした。大きな違いは、卒業後すぐに医局(専門科)に所属し医局付きの研修医となることです。その上で他科へ研修に出向きます。現制度では研修医センター付けとなり、興味のあるカリキュラムを選び研修します。2年の研修後、自分に合った医局を吟味して選ぶことになり、羨ましい感じはします。しかし、すぐに医局に所属したことで現制度よりも責任感や仕事に対する意識を高くもち研修出来たと思っています。